

Среда 8 (II) 07.05.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего
Махаева Ю.Р...



Витамин

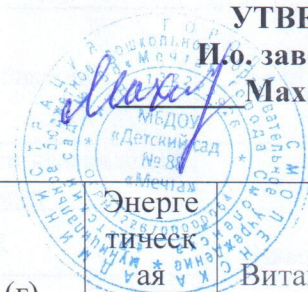
№
технологической
карты

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая рисовая	150	5,92	9,65	43,63	139,97	0,52	16
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70	0,98	35
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,4	0,4	9,3	44,7	10,1	68/2
	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	200	11,5	11,8	11,4	197,6	2,1	108
	Птица тушеная	60	7,06	6,47	1,76	93,5	0,01	62
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,43	4,65	38,24	172,6	0	41
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	4,9	19,4	0	39
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
	Кефир	150	4,93	5,44	6,8	100,3	1,19	38
Полдник:	Булочка домашняя с изюмом	60	5,46	6,12	43,16	209,43	0,2	69
Ужин:	Омлет натуральный	50	11,29	13,03	3,37	176,1	0,78	48
	Свекла тушеная	130	2,4	3,16	14,1	94,17	12,8	73
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день:			61,77	71,13	234,37	1608,69	39,78	

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего
Махасва Ю.Р.

Среда 8 (II) 07.05.2025



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ техно логич еской карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая рисовая	200	4,83	2,47	19,22	170,6	0,65	16
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	14,36	91	1,17	35
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	250	11,5	10,7	18,8	217,3	2,3	108
	Птица тушеная	70	8,23	7,55	2,05	109,08	1,01	62
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,3	4,7	34,2	200	0	41
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник:	Кефир	200	5,8	6,4	8	118	1,4	38
	Булочка домашняя с изюмом	70	6,63	7,39	44,38	263,76	0,27	69
Ужин:	Омлет натуральный	60	12,42	18,27	3,93	112,1	0,1	48
	Свекла тушеная	140	2,4	3,16	14,1	94,17	12,8	73
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			68,81	72,26	240,52	1827,9 7	46,68	